

ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ У ПІДГОТОВКУ ФІЗИЧНИХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ СПЕЦІАЛЬНОГО КУРСУ «ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОГО КЛАСУ»

Ю. О. Лянной, С. Ю. Капралов

Інститут фізичної культури

Сумський державний педагогічний університет ім. А. С. Макаренка,
ДП «Олімпійський навчально-спортивний центр», м. Київ

Вступ. Цілеспрямована високопрофесійна підготовка фахівця з фізичної реабілітації в Україні для галузей фізичного виховання і спорту, медицини, освіти, соціального захисту, яку було розпочато у 1993 р. у Національному університеті фізичного виховання і спорту України, а згодом продовжено у Львівському державному університеті фізичної культури, Харківській державній академії фізичної культури, Сумському державному педагогічному університеті ім. А.С. Макаренка та інших вищих навчальних закладах, може вирішити проблему відновлення здоров'я різних верств населення України [4].

За останній час у спеціалізованих вищих навчальних закладах м. Києва, м. Дніпропетровська, м. Одеси, м. Сум, м. Харкова, м. Львова, м. Сімферополя, м. Івано-Франківська, м. Рівного проведено кілька десятків науково-практичних конференцій з проблем фізичної реабілітації, що позитивно вплинуло на становлення нової спеціальності — фізична реабілітація — і сприяло її поширенню у сферах медицини, освіти, фізичного виховання і спорту та ін. [1, 2, 4, 5].

У 2001 р. спеціальність фізична реабілітація внесена до класифікатора професій під кодовим шифром — 3226. У 2005 р. ВАК України затвердив новий науковий шифр — 24.00.03 — «Фізична реабілітація» з присудженням наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту, і на сьогодні за цим шифром вже захищено кілька кандидатських і одна докторська (Н.І. Соколова, Донецьк) дисертації. На кафедрі фізичної реабілітації Інституту фізичної культури СумДПУ ім. А.С. Макаренка вперше за фахом теорія і методика професійної освіти захищені 2 дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук: В.О. Куксою на тему: «Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах» (2002) і О.І. Міхеєнком — «Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабіліта-

ції у вищому педагогічному навчальному закладі» (2003) [3; 6]. Незважаючи на ці успіхи, ще існує ряд проблем стосовно якісної професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації. Вони пов'язані із затвердженням і впровадженням стандартів вищої освіти за даною спеціальністю, недостатністю висококваліфікованих кадрів, які викладають цикл професійно-орієнтованих дисциплін, невизначеністю професійних обов'язків фахівців з фізичної реабілітації в державних установах Міністерств охорони здоров'я, науки і освіти, спорту, соціального захисту. У зв'язку з цим виникла необхідність надати студентам, які навчаються за спеціальністю фізична реабілітація, відповідні практичні вміння і навички щодо реабілітації спортсменів високого класу.

Мета дослідження. Впровадити в робочий план підготовки майбутніх фізреабілітологів спецкурс, який включає спеціальні технології реабілітаційно-оздоровчого впливу на висококваліфікованих спортсменів, спрямовані на попередження і відновлення спортивних травм, покращення робото-спроможності, збереження високого рівня здоров'я.

Методи і організація. Спеціальний курс «Фізична реабілітація спортсменів високого класу» розроблявся і впроваджувався в навчальний процес впродовж 2005/2006 навчального року на факультеті фізичної культури (кафедра фізичної реабілітації) СумДПУ ім. А.С. Макаренка під керівництвом к.п.н., доцента Ю.О. Лянного та завідуючого реабілітаційним відділенням медико-відновлювального центру (МВЦ) ДП «Олімпійський навчально-спортивний центр» («ОНСЦ»), к.н.ф.в.с., доцента С.Ю. Капралова. У дослідженні брали участь 267 студентів-фізреабілітологів денної та заочної форм навчання. При визначенні рівня сформованості професійних знань були використані методи педагогічного дослідження: рейтинг, спостереження, опитування, бесіда, анкетування.

Методика дослідження. Засоби та методики, які запропонував С.Ю. Капралов для навчання студентів, базуються на його досвіді, який він отримав під час навчання в період з 1989 р. по 2000 р. у НУФВС України (в тому числі і аспірантурі), а також на 18 курсах підвищення кваліфікації у провідних фахівців з різних країн (Ю.О. Ісаєв, Пак Чже Ву, О.В. Пісоцька, Карл Хадек, А. Скопалова, О.А. Гаєвський, Д.Г. Посяда, О.Н. Щегольков, Л.І. Трофимова, А.І. Сирченко та ін.).

Результати дослідження та їх обговорення. Структура спецкурсу складалась із лекційних і практичних занять, програми самостійної роботи і передбачала 108 год. (табл. 1). Лекційні заняття супроводжувалися демонстрацією великої кількості фотографій, представлених через «мультимедійну» комп'ютерну програму (рис. 1). В методичному кабінеті студенти самостійно вивчали авторські методики С.Ю. Капралова за спеціальною літературою, тому що в умовах аудиторних занять за короткий проміжок часу великий обсяг інформації спеціального курсу засвоїти дуже важко.

Авторський спецкурс Капралова С.Ю. викликав професійний інтерес не тільки у студентів, а й у викладачів кафедри фізичної реабілітації, які із задоволенням разом зі студентами брали активну участь у проведенні лекційних (рис. 1, 2) та практичних занять (рис. 8).

Спецкурс побудований таким чином, щоб студенти мали можливість не лише отримати необхідні теоретичні знання, але й набути необхідних практичних умінь та навичок у реабілітації висококваліфікованих спортсменів. Матеріали, що увійшли до спецкурсу, узагальнюють досвід вітчизняних і зарубіжних фахівців, у більшості — С.Ю. Капралова, а також Ю.О. Ісаєва, Пак Чже Ву, І.О. Скіби, О.В. Комарова, М.Г. Ляпко, І.І. Кузнецова, А.А. Ільєнка, О.Л. Короля, О.В. Федорича, В.В. Євменова та ін.

Використані в спецкурсі методики С.Ю. Капралова впроваджені у різних клубах із східних єдиноборств м. Києва, м. Кривого Рогу, м. Москви (Росія), м. Кракова та м. Любляна (Польща) протягом 2000—2006 рр., з 2004 р. на базі відділення реабілітації МВЦ ДП «ОНСЦ» (м. Київ) — у збірних командах України зі спортивної гімнастики, вільної та греко-римської боротьби, легкої та важкої атлетики, дзюдо, джиу-джитсу, тхеквандо, боксу, фехтування та ін., збірних командах України з футболу «U-19» та «U-21», а також з 2006 р. — у підрозділі спеціального призначення «Вітязь» (Росія) та ін. Даний науково-методичний матеріал зібраний автором протягом кількох років під час професійної діяльності на посадах масажиста різних футбольних збірних команд України, масажиста та лікаря чоловічої і жіночої команд України зі спортивної гімнастики, завідувачого реабілітаційним відділенням МВЦ ДП «ОНСЦ» (м. Київ).

Зміст навчальної програми спецкурсу фахової підготовки студентів у сфері фізичної реабілітації спортсменів базується на основі таких принципів: професійна спрямованість, науковість, диференціація та інтеграція реабілітаційних знань, оптимальне поєднання інноваційних і традиційних методів і технологій. Це надало можливість формувати у студентів широкий кругозір, забезпечуючи інтегративне уявлення про фізреабілітацію спортсменів високого класу.

Основою традиційної системи підготовки фахівців є переважно аудиторні методи навчання, де приділяється багато уваги механічному вивченню студентами навчального матеріалу. Такий підхід нас не задовольняв і ми вчили майбутнього фахівця з фізичної реабілітації постійно вдосконалювати свої професійні здібності через практичний досвід, щоб у разі необхідності він міг самостійно орієнтуватися в професійній діяльності. Одночасно в процесі навчальної діяльності створювалися сприятливі умови для стимулювання особистої активності студентів і оптимізації професійно-практичної діяльності на основі засвоєних знань через глибоке самостійне творче опрацювання. Кожному студенту була надана можливість вибору тих реабілітаційних технологій, які найбільше відповідають його психологічним, інтелектуальним, емоційним та іншим особливостям. Студент сам обирав засіб, який найбільше підходив у конкретній ситуації. Таким чином, створювалися умови для якісного формування основних професійних умінь і навичок у поєднанні з індивідуальним стилем творчої професійної діяльності викладача. Автор, який проводив спецкурс, характеризувався своїм особливим стилем викладання і мав значний вплив на успіх професійної діяльності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації.

Мотиваційним стимулюючим ефектом навчальної діяльності були яскраві факти і приклади фізреабілітаційної допомоги переможцям та призерам Олімпійських ігор, чемпіонатів світу, Європи, України, Росії, що сприяло зацікавленому ставленню студентів до обраної професії фізичного реабілітолога.

На початковому етапі дослідження в експериментальних групах високий рівень теоретично-практичної підготовки у галузі спортивної реабілітації було зафіксовано у 18,2 % студентів, достатній рівень — у 24,3 % майбутніх фізреабілітологів, середній — 29,4 %, низький рівень — 28,1 %.

Результати теоретично-практичної підготовки студентів за даними прикінцевого зрізу педагогічного експерименту засвідчили, що у студентів експериментальних груп високого рівня теоретично-практичної підготовки досягли 56,4 % студентів, а це у 3 рази перевищує кількість студентів, яку за-

Таблиця 1

Програма розробленого спеціального курсу

№ з/п	Назва теми	Аудиторні години		Самостійні заняття
		лекційні	практичні	
1.	Авторські методики використання голчастих аплікаторів (рис. 2, 3, 4, 5) у процесі фізичної реабілітації спортсменів збірних команд України «Стопи Капралова», голчаста шапочка (рис. 4, 5), валик «Суглоб» з насадкою, аплікатори «Градiєнт», «Рельєф-квадрат», «Рельєф-хвиля» з відстанню голок від 3х3 мм до 7х7 мм та ін.). Методика І.І. Кузнецова, М.Г. Ляпко та ін.	4	6	2
2.	Авторські методики масажу і самомасажу дерев'яними масажерами: «Подвійний суглоб», «Подвійна печатка», «Подвійна каталка» (рис. 6, 10), «Універсальна каталка» та ін. і їх використання в реабілітаційній практиці.	2	4	2
3.	Авторські методики масажу і самомасажу ебонітовими масажерами: «Подвійний суглоб», «Універсальний ебоніт», «Бочка», «Ебоніт з нефритом», «Тетраком», «Коректор хребта» та ін. і їх використання в реабілітаційній практиці.	2	4	2
4.	Авторські методики масажу і самомасажу металевими масажерами: «Тангетка», «Станок-2», «Суглоб», «Шия» (рис. 7) та ін. (рис. 8) і їх використання в реабілітаційній практиці.	2	4	2
5.	Авторські методики ручного та інструментального масажу у дві, чотири, шість та вісім рук, а також баночного.	2	4	2
6.	Авторська методика використання тракційного релакс-мату (система «Detenzor») в реабілітаційній практиці.	2	4	—
7.	«Су-Джок» терапія (система «Людина», рис. 9, та «Комахи», «Міні-система», «Твіст-терапія», «Кольоротерапія», «Насіннотерапія») у реабілітації спортсменів збірних команд України.	2	2	—
8.	«Су-Джок» терапія в екстремальних ситуаціях (зупинка серця, черепно-мозкова травма, пошкодження і переломи, мігрень та ін.).	2	4	2
9.	Авторська методика застосування саунотерапії (рис. 10) в реабілітаційній практиці спортсменів збірних команд України.	2	2	—
10.	Авторська методика розминки в збірних командах України з метою профілактики травматизму і поліпшення спортивної робото спроможності.	2	2	2
11.	Особливості застосування циклічних тренажерів кардіо-васкулярної лінії «Technogym» і вібротренажерів у реабілітації спортсменів збірних команд України.	2	4	—
12.	Спеціальні методики відновлення та профілактики травматизму (тренажер «Горбунок», «Профілактор Євмінова», камера зональної декомпресії, масажні гімнастичні м'ячі та ін.).	2	2	—
13.	Особливості водолікувальних процедур у практиці відновлення і поліпшення робото спроможності спортсменів збірних команд України («Підводний душ-масаж», «Перлинно-озонові ванни», «Чотирикамерні гальванічні ванни», «Душ Шарко», «Лазер-душ»).	2	2	—
14.	Особливості застосування ароматерапії і спеліотерапії (соляної кімнати) в реабілітаційній практиці спортсменів збірних команд України.	2	—	—
15.	Особливості застосування елементів мануальної терапії (постізометрична релаксація, мобілізація шийного, грудного, поперекового відділів хребта, гра суглобів) в реабілітаційній практиці спортсменів збірних команд України.	2	4	2
16.	Особливості застосування рефлексотерапії в реабілітаційній практиці спортсменів збірних команд України.	1	2	1
17.	Методики лікувальної гімнастики при остеохондрозі хребта, порушеннях постави, сколіозах, плоскостопості, переломах, ВСД, НЦД та ін. Методика психо-фізичної гімнастики, «Танок 10 звірів» тощо.	2	2	—
18.	Методика дихання по К.П. Бутейко.	1	2	1
Всього:		36	54	18



Рис. 1.



Рис. 2.



Рис. 3.



Рис. 4.



Рис. 5.



Рис. 6.



Рис. 7.



Рис. 8.



Рис. 9.



Рис. 10.

фіксовано на початковому етапі експерименту. Змінилася кількість студентів, які досягли достатнього рівня теоретично-практичної підготовки — 31,6 % (у порівнянні — на початковому етапі цей показник склав 24,3 %). На середньому рівні підготовки залишилися 9,3 % студентів (було 29,5 %). Незначна кількість студентів (2,7 %) ще залишилися на низькому рівні (рис. 11).

У перспективі для удосконалення професійної підготовки фізичних реабілітологів після впровадження спеціального курсу буде організована і проведена протягом шести тижнів виробнича практика майбутніх фізичних реабілітологів СумДПУ ім. А.С.Макаренка. Зцією метою ректором Ф.М. Лиманом і завідуючим кафедри фізичної реабілітації Ю.О. Лянным на ім'я генерального директора ДП «ОНСЦ» Л.Й. Смелаша, головного лікаря МВЦ Я.Г. Бубеса та завідуючого реабілітаційним відділенням МВЦ, к.н.ф.в.с., доцента С.Ю. Капралова направлені відповідні листи з проханням прийняти сумських студентів-фізичних реабілітологів і забезпечити умови для проведення їх виробничої практики. У процесі експерименту, враховуючи недоліки попередніх виробничих практик, коли через велику кількість студентів неможливо якісно здійснювати навчання, на практику планується залучати невеликі групи студентів-реабілітологів денної форми навчання, щоб забезпечити індивідуальний підхід до кожного практиканта з метою якісного навчання.

В основу реабілітаційної практики покладено вивчення методик С.Ю. Капралова, які застосо-

увалися під час реабілітації спортсменів збірних команд України з різних видів спорту, тренерів, а також співробітників ДП «ОНСЦ». Окрім цього, передбачається вивчення різних засобів і методів реабілітації, які використовуються у реабілітаційному відділенні, перегляд навчальних відеофільмів із «Су-Джок» терапії, класичного та SPA-масажу, рефлексорного масажу стоп, тайського масажу, мануальної терапії, методу «Шиатцу», лікувальної гімнастики та ін. Передбачено проведення спільних досліджень з лабораторією НДІФКіС України, а також організація науково-практичних конференцій, семінарів і участь у них.

Відмінність виробничої практики, яка буде організована на базі відділення реабілітації ДП «ОНСЦ» полягатиме в тому, що студентам-практикантам буде надана можливість самостійно проводити більшість фізичних реабілітаційних процедур зі спортсменами, тренерами, співробітниками бази для задоволення їх потреб у відновленні функціональних показників і рівня їх здоров'я. Це значно покращить роботу відділення реабілітації, збільшить кількість осіб, яким буде надана кваліфікована реабілітаційна допомога.

У перспективах дослідження планується залучити до вивчення спеціального курсу «Фізична реабілітація спортсменів високого класу» студентів-фізичних реабілітологів заочного відділення СумДПУ ім. А.С. Макаренка з навчально-консультативного пункту м. Шостка (Сумська обл.), а також проводити підготовку фахівців з масажу, які перебувають

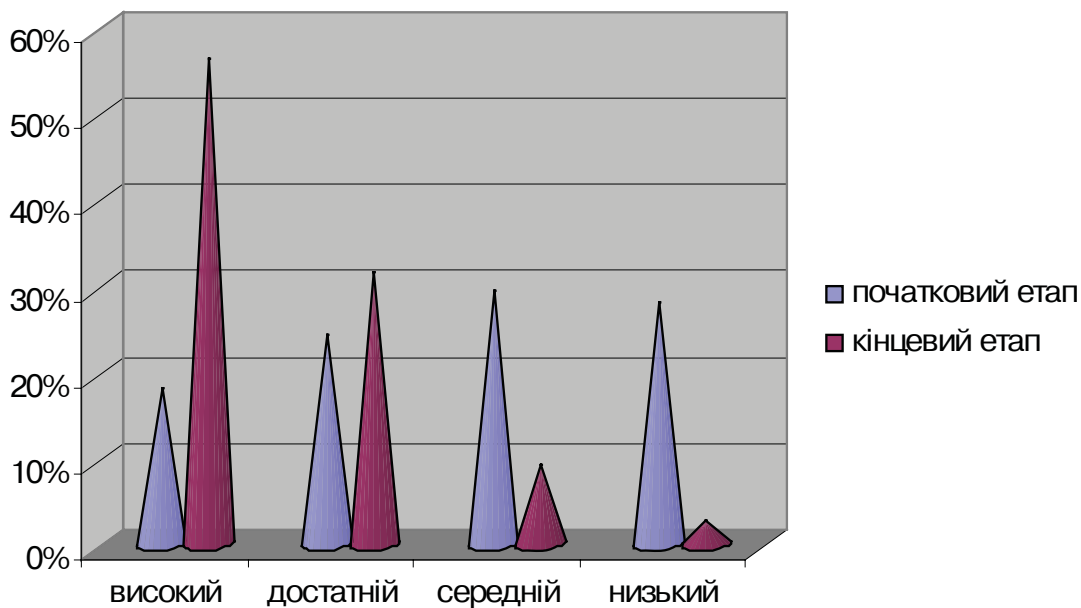


Рис. 11. Характеристика результатів теоретично-практичної підготовки студентів на початковому і кінцевому експериментальних етапах

на обліку в Сумському обласному центрі зайнятості і мають бажання отримати відповідні знання і свідоцтво з правом працювати за даним фахом. Крім того, планується ввести більшість тем даного спецкурсу в програму підвищення кваліфікації для фізичних реабілітологів, у яких після закінчення навчання пройшов п'ятирічний термін і окремо відкрити курси з навчання засобам і методикам, що склали основу експериментального спецкурсу, які широко можна застосовувати не тільки в реабілітації спортсменів, а і хворих. Планується також удосконалити вивчення різноманітних методик фізичної реабілітації за рахунок розширення тематики спеціального курсу та демонстрації спеціальних навчальних відеофільмів і збільшення екземплярів спеціальних літературних джерел методичного кабінету для самостійної підготовки студентів.

Висновки. Аналіз результатів дослідження дає підстави стверджувати, що ефективність фахової підготовки студентів-фізреабітологів значною мірою зумовлена мотиваційно-вольовою сферою особистості, що впливає на рівень сформованості функцій самоуправління при оволодінні спеціальними технологіями реабілітаційно-оздоровчого впливу не тільки в теоретичному плані, а й на рівні професійно-практичної діяльності.

Засвоєні студентами-практикантами на якісно новому рівні професійні вміння і навички в галузі фізичної реабілітації, за рахунок впровадження у навчальний процес авторського спецкурсу «Фізична реабілітація спортсменів високого класу» С.Ю. Капралова, надають широкі можливості для отримання високого рівня професійної підготовки у галузі фізичної реабілітації висококваліфікованих спортсменів.

Література

1. Капралов С.Ю., Лянной Ю.О. Вивчення новітніх реабілітаційних технологій у відновленні спортсменів високого класу при підготовці фахівців з фізичної реабілітації // Матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю «Сучасні досягнення та подальші шляхи розвитку рефлексотерапії і нетрадиційної медицини в Україні». — К: Національна медична академія післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика, 2006. — С. 72—77.
2. Капралов С.Ю., Лянной Ю.О. Пути улучшения профессиональной подготовки студентов-физреабилитологов в процессе оказания реабилитационной помощи спортсменам // Матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції «Спортивна медицина, лікувальна фізкультура та валеологія». — Одеса: ОДМУ, 2006. — С. 119—126.
3. Кукса В.О. Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / ІВО АПН України. К., 2002. — 16 с.
4. Лянной Ю.О., Капралов С.Ю., Карпенко А.В., Гукова Д. Удосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації за рахунок вивчення новітніх реабілітаційних технологій у відновленні спортсменів високого класу // Збірник наукових праць в галузі фізичного виховання та спорту десяти Всеукраїнської конференції «Молода спортивна наука України». — Вип. 10. — Т. 3. — Львів: НВФ «Українські технології», 2006. — С. 325—332.
5. Лянной Ю.О., Міхеєнко О.І., Приступа Л.Н. Особливості професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації // Тези доповідей учасників міжнародної науково-методичної конференції «Фізична реабілітація як напрям підготовки спеціалістів». — К., 2003. — С. 6.
6. Міхеєнко О.А. Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищому педагогічному навчальному закладі: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / ПУДПУ ім. К.Д. Ушинського. — Одеса, 2004. — 22 с.

Нова книга

Сергієнко Л.П.

С32

Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2007. — 271 с. ISBN 966-7858-47-2.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з теорії і методики фізичного виховання та робочої навчальної програми. В практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практично-семінарських заняттях студенти можуть розв'язувати педагогічні завдання, проблемні ситуації, дидактичні і психологічні тести. Навчальний посібник доцільно використовувати при підготовці до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник може бути корисним для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. Може використовуватись в навчальному процесі студентів середніх навчальних закладів фізичної культури, училищ і коледжів, в роботі вчителів фізичної культури.

